

Procházka za sochou

Milí čtenáři, dnes je Slezská Ostrava místem, kam je docela příjemné si vyjít, případně i kde se dá bydlet. V této původně samostatné zemědělské a s nálezem uhlí hornické obci Polská Ostrava (do roku 1921) vyrostly po roce 2000 nové bytové i individuální domy. Někdy v těsné blízkosti ohrazených důlních výdudů, které připomínají minulost lokality. Duchovní různorodost minulého času pak můžeme tušit mezi Husovým sborem na ulici Záměstní, katolickým pozdně barokním kostelem sv. Josefa na nejvyšší kótě Těšínské ulice nebo obřadní síní v prostoru nového židovského hřbitova v areálu Ústředního hřbitova. Na spojnici mezi mostem Miloše Škory a Ústředním hřbitovem budeme dnes hledat v paměti exteriérových soch.

TRASAXII. - Slezská Ostrava: 1. křižovatka ulic 28. října ➔ Těšínská



Výchozí bod dnešní procházky za sochou, na němž jsme se ocitli i posledně, se nachází na slezsko-ostrovském, tedy pravém břehu Ostravice, kde ulice 28. října vstupuje kolmo do přechodu ulic Bohumínské a Těšínské. Stojíme čelem k druhému, po monumentu v Komenského sadech nejvýznamnějšímu poválečnému **Památníku osvobození**, z něhož míří lhaveň tanku na Moravskou Ostravu.

Byl zbudován v roce 1948. Nejde však o původní umístění sestavy, jejíž součástí je tank 1. čs. samostatné tankové brigády, připomínající den osvobození Ostravy. Po havárii mostu Pionýrů v roce 1976 a jeho rekonstrukci v roce 1980 byl korpus přenesen z poměrně stísněného prostoru při vstupu

do Komenského sadů z ul. Česko-bratrské. Urbanisticko-architektonický koncept pro Slezskou Ostravu připravil arch. P. Májek. Nové místo mělo sloužit k pravidelným oslavám připomínajícím konec 2. světové války. Také proto je vybudováno na odstupňované terase. Vlastní monument vznikl za spolupráce arch. E. Friedla zapojením historického válečného stroje, který je vyneseno na širokém pylonu; čelní deska opatřená československým a sovětským znakem vzdává hold hrdinům ze 30. dubna 1945. Boční stěny podstavce zdobí dva rozsáhlé vysoké reliéfy. Jsou dílem již několikrát zmiňovaného ostravského sochaře **Augustina Handzela**, jemuž pomáhal další domácí autor František Žemlička.



První bronzová deska připomíná boj: voják v popředí zdvihá prapor, za ním žena chrání na své hrudi dítě a směrem k muži vztahuje ruku s vavřínovou ratolestí. Na rozdíl od Vávrova reliéfu v Komenského sadech s vyobrazením boje jako tragického zmaru pojal Handzel boj jako potenciálně vítězný akt. Toto vyznění posiluje i druhý reliéf s ženskou postavou Vítězství. Novodobá Niké splývá gestem s hlavní tanku na pozadí plastického obrazu, v pravé ruce zvedající ratolest. Postavy i drapérie na obou reliéfech jsou modelovány tak, že nabývají iluze téměř volné, plně vyvinuté sochy, zpracované velkodedým idealizujícím realismem. Shodou náhod po transferu monumentu z moravskoostravské strany restauroval Handzelovy reliéfy Karel Vávra, takto autor bronzových desek na *Památníku hrdinů* v Komenského sadech.

Na zdi těsně pod památníkem si můžeme všimnout dalšího, tentokrát samostatného pískovcového reliéfu s typickou postavou **Havíře v ležáku**.



Pochází z poloviny 70. let minulého století (tehdy tendenčně pojmenován jako *Revoluční tradice Slezské Ostravy*) a vznikl v ateliéru **Vladislava Gajdy**.

Pokračování na str. 9



Nejen obohatit život o léta, ale i obohatit léta životem (Mezinárodní gerontologická společnost) Všichni jednou budou senioři



Ordinace lékaře přináší často chvílky, kdy se dostávám do zajímavých, mnohdy i ohnivých diskuzí o věcech obecných. Jednou mi tak svěřuje pacientka: *"Pane doktore, moje máma mi kdysi říkala - já už bych nechtěla být mladá... Ti mladí to mají tak obtížné v dnešním světě. Ale, pane*

doktore - já zase říkám, že bych nechtěla být stará, ti to mají mnohem těžší. A ne kvůli svému věku..."

Podle průzkumů sociologů neustále přibývá starých lidí, je proto na místě se zabývat nejen jejich zdravím, ale rovněž kvalitou života. Dříve byla společnost zaměřena spíše na prodloužení délky života bez ohledu na to, jak starý člověk ve skutečnosti žije. Co ale rozumíme pod pojmem "kvalita života"? V konkrétní rovině možná každý něco trochu jiného. Domnívám se ale, že se shodneme na tom, že kvalitní život nás naplňuje štěstím a spokojeností, ať už pod tím každý nacházíme právě to něco svého. Může jít o dobré vztahy a vřelou rodinu, může jít o slušné finanční zázemí, může jít o pocity bezpečí a dobrý zdravotní stav, s nímž přichází jakási životní síla. Známy je výrok Aristotela: *"Když člověk onemocní, vidí štěstí ve zdraví. Když je v pořádku, jsou mu štěstím peníze."*

Jak už jsem uvedl, kvalita života je tedy značně individuální a každý z nás o ní má své představy. Na zvyšování kvality života starého či stároucího člověka se podílí také přijetí a vyrovnání se se skutečností vlastního stárnutí. Ačkoli si to velmi často současná společnost, nastavená na uctívání mládí, krásy a síly neuvědomuje, stárí je součástí života, k níž spějeme všichni. Nikdo, kdo se dožívá věku stárí, této etapy není zbaven. Je proto důležité se na ni připravit, podobně, jako se připravujeme na to, abychom obstáli v dospělosti.

Někteří z nás věk neřeší. *"Pane doktore, je mi 71 let, a stále pracuji, a budu pracovat asi až do smrti,"* usmívá se jeden z mých čiperných pacientů, povoláním truhlář. Práci se dřevem má v krvi a duši, těší ho a toto potěšení přenáší skrz své výrobky i jiným. A právě práce může být dobrou náplní i pro náš věk důchodový. Můžeme pracovat, protože si chceme či potřebujeme vylepšit rozpočet, nebo - protože nás to baví - jako zmiňovaného truhláře. Statistiky říkají, že míra zaměstnanosti důchodců dosahuje kolem 12%, starobních důchodců je asi 1,3 milionu. V naší republice se muži a ženy stávají penzisty v relativně mladém věku, a to okolo 60 let. Naproti tomu v zahraničí se běžně do důchodu odchází až po 65 roce života. Když se tedy člověk v důchodu rozhodl už nebyť pracovně aktivní, jak může běžný český důchodce, jež se nestačil během života zajistit vilou ve slunečném zahraničí, trávit svůj volný čas? Řada z nás si pod pojmem volný čas vybaví v podstatě celý den seniora. Rád bych připomenul, že na zachování tělesné a duševní činnosti má velký vliv, kromě genetických předpokladů, zvolený styl života - především udržování fyzické zdatnosti, stravovací návyky, kvalita sociálního prostředí a v neposlední řadě psychické projevy vůči sobě a okolí. A s výše jmenovaným není pozdě začít kdykoli. Nikdy není pozdě...

Mezi mé odbornosti patří geriatrie, vše kolem stárí a stárnutí mě zajímá. Občas mám možnost nahlédnout do života některých aktivních seniorů. Nabízím malý přehled toho, co všechno tito mí známí podnikají - např. studují na Univerzitách třetího věku, kde mají možnost naplnit své další potřeby po poznání. U3V ale také nabízejí rozšiřování obzorů v oblastech PC a informačních systémů, jazykové kurzy apod. A ono nejde jen o to usednout do studentských lavic, ale také se i mimo výuku scházet a diskutovat, což podle posledních výzkumů hodně přispívá k prevenci demence. S nadsázkou je možné to nazvat "klábosením", které nám vzpruží mozek a oddaluje úbytek mozkové kapacity.

V řadě míst velmi dobře fungují kluby seniorů, někdy se jedná pouze o přátelské posezení, hraní společenských her, besedy. Jindy zase o vaření, literární, kulturní, počítačové, rukodělné či výtvarné činnosti.

Stále připomínám jak důležitý je v každém věku pohyb - pomáhá k udržení dobré fyzické i psychické kondice. Každý věk vyžaduje odlišné zaměření pohybových aktivit. Senioři mají stále více možností se zapojit do sportovních programů, které podřizují svoji náplň právě jejich potřebám. Jedná se o kondiční cvičení, rehabilitační programy, u zdatnějších seniorů i aerobní cvičení. Stále více je seniorům doporučována jízda na kole, záleží jen na tom, zda si senior na tento druh sportu troufá a zda jízdu na kole zvládne. Velmi doporučováno je i plavání, které lze u řady zdravotních pojištěnců uhradit z programů prevence. Nesmím zapomenout ani na tanec... Mohl bych pokračovat, nabídka je u nás dostatečná a kdo má zájem být aktivní, ten si aktivitu najde. Nicméně vnímám, že v zahraničí je stále ještě nabídka i poptávka po službách pro seniory daleko širší než u nás.

Cílem všech výše zmíněných aktivit je naplnění té části života, která už nemusí být založena na nutnosti obstarat rodinu vším potřebným. Může jít o čas, který věnujeme sobě a svým zájmům, těm, které nás těší a činí šťastnými. Těm, při nichž se setkáváme s dalšími lidmi stejných zálib a vzájemně se obohacujeme - výměnou zkušeností, poznatků, znalostí. A poznal jsem také několik velkých lásek, které zahořely právě při činnostech zaměřených pro seniory.

Přeji vám krásné prožívání letních dní ve společnosti vám milých lidí. MUDr. Hugo Příbyl, PhD.

A co humor?

Jak poznáte, že jste opravdu staří? Když budete v učebnicích dějepisu nacházet věci, které si pamatujete z novin.

Povídají si v parku dva důchodci: "Tak to vidíš, kamaráde. Dříve jsme se ládovali parkem v rohlíku a teď si můžeme dovolit jenom rohlík v parku."

Dědeček končí léčení v lázních kontrolou u lékaře. Když odchází, ptá se ve dveřích: "Pane doktore a můžu ještě milovat?" "Ale ano, dědečku, ale už jenom svou vlastní!"

Babička říká vnukovi: "Pepičku, když kašleš, dej si ruku před pus!" Pepíček: "Neboj babi, mně zuby nevypadnou."

Baví se dva senioři a jeden říká: "Ty, už jsem normálně zapomněl, jak se jmenuješ!" A druhý na to: "To nevadí, a do kdy to potřebuješ vědět?"



Výtvarnice i spisovatelka Maja

Milou a trochu svéráznou paní učitelku Marii Szottkovou jsem poznala před více než dvaceti lety. Chodíme společně nejen na vernisáže výstav, ale Maja, jak ji všichni i oslovují, má rovněž ráda koncerty a divadla. Potkávaly jsme se také při setkáních a propagaci hnutí STONOŽKA - Hnutí na vlastních nohou. Já jako novinářka městského týdeníku a paní učitelka výtvarné výchovy jako skvělá organizátorka a výtvarnice. Právě ve Hnutí na vlastních nohou, o kterém ještě bude řeč, našla Maja svoji zajímavou parketu. Jde totiž o kreslení vánočních přáníček, a to školními dětmi, ty se pak prodávají a z výtěžku je nakupována různá technika a potřeby pro dětská oddělení nemocnic. Hnutí, které do tehdy ještě ČSR přivezla z Norska paní Běla Gran Jensen se později rozšířilo i na pomoc dětem zkoušeným válkami v bývalé Jugoslávii. Marie se do této aktivity zapojila na plný plyn a její tehdejší působiště - ZŠ v Havířově Šumbarku - byla prostě jednou z nejlepších v kraji. Její zásluhou tuto činnost děti vzaly za svou a škola byla tímto kreslícím nadšením také plná roztočivých papírových stonožek...

Ale to jsem poněkud předběhla události, které tomu samozřejmě předcházely. Maja se narodila před válkou v Ostravě a jak mi prozradila, nejvíce jí utkvěla v paměti Slezská Ostrava, kde s rodiči a bratrem bydlela. Tehdejší "jejich" Bohumínská ulice jí učarovala. *"Tam jsem to měla z celého města nejraději. Bylo tam snad všechno. Krásné a velké secesní domy, obchůdky plné roztočivého zboží a také řemesel. Alespoň očím dítěte to připadalo, že je to ta nejkrásnější ulice na světě. A co hlavního, ulicí jezdila tramvaj. Taková, co zvonila, měla plošiny a průvodčí tam štípal kleštičkami jízdenky... Od nás jela na Sýkorův most a už jsme byli v centru Ostravy",* říká Marie-Maja a v očích má ten zvláštní záblesk, který říká víc než tisíc slov.

Protože Marie Szottková je múzami políbený člověk, dělá už léta krásnou keramiku, kterou vystavila na mnoha výstavách, ale také píše. To jí těší, protože vzpomínky na „starou Ostravu“ jí nedají jen tak klidně spát. *"Nemohu totiž zapomenout ani na mnoho příhod z mého dětství a mládí. Potkávalo mne jich skutečně hodně. V živé paměti mám také pravé hornické kolonie, kde jsem měla i svoje spolužačky. Maminka moje výlety do těchto míst viděla nerada, ale to mne neodradilo. To zvláštní prostředí, plné vzájemné shody lidí tady bydlících i určitý kolorit řeči, to bylo prostě "něco"..."* dodává paní Marie.

Když vystudovala Gymnázium na Matiční ulici v Ostravě a později i pedagogickou přípravu - obor výtvarná výchova, prošla jako „kantorka“ několika školami v okrese Ostrava a Karviná.

Dvakrát se provdala a má čtyři děti. Nyní se rodinka rozšířila a přibýlo sedm vnoučat a dokonce i pět pravnoučat, což jí ani nevěřím, protože na prababičku rozhodně nevypadá. Ale víme, že „mladí“ se někdy činí...

V poslední době se věnuje psaní, ale nejen povídek a vzpomínek na starou Ostravu. Jeden z pravnoučků ji tak tochu



inspiroval k napsání pohádek. *"On vždycky říká, babi, já nechci pohádku o princeznách, ale třeba o zvířátkách... Tak mne napadla třeba pohádka „O myšce, která lhala“.* Sepsala jsem ji, ilustrovala a rukopis už mám v tiskárně v Českém Těšíně“, říká paní Marie. I já věřím, že knížečka, která bude mít i své následnice, bude pro děti milá a rádi ji budou poslouchat nebo ji budou "louskat" už sami.



Trochu jsme zapomněli povědět něco více o **"Stonožce - Hnutí na vlastních nohou"**. Jeho neúnavná organizátorka, Češka z Prahy, Běla Gran Jensen, která se provdala do Norska, přivezla toto užitečné hnutí do naší země. Z počátku dokonce sama namalovaná přáníčka v Praze prodávala, ale brzy nadchla pro tuto činnost školy a jejich učitelky výtvarné výchovy. A jak jsme zmínili na začátku, také paní Maju. Tak se v Havířově setkaly dvě osobnosti, které k sobě pojal velké sympatie, které trvaly dodnes. Paní Běla byla v Havířově několikrát, například, když byl pro dětské oddělení havířovské nemocnice zakoupen dar. Náš tehdejší týdeník Hlasy Havířova měl tak stále o novinky z hnutí "Stonožka" postaráno.

Marie Szottková pracuje pro toto krásné a "malované" hnutí už třicet let. Byla také při tom, kdy jsme od paní Jenesen z Norska získali do Havířova noty a scénář k malému dětskému muzikálu, který úspěšně nastudovala Základní umělecká škola L. Janáčka v Havířově. Muzikál s předlohou hnutí "Stonožka" složil výborný norský skladatel Arne Bendiksen, který už se bohužel na nás dnes dívá odněkud shůry... Záštitu nad tímto muzikálem nejen pro děti převzal tehdy Syndikát novinářů Ostrava. Škoda jen, že se reprízy nekonaly a děti, které v tomto ojedinělém muzikálu hrály už "povyrostly". Za tuto i další charitativní činnost byla paní Marie Szottková v roce 2013 navržena na celostátní vyznamenání "Za obětavou charitativní práci". Na velkém slavnostním shromáždění v Praze jí ho předával sám arcibiskup a kardinál Dominik Duka. *"Byla tam nepopsatelná atmosféra",* říká Marie.

Musím na ni ještě prozradit, že se rozhodně nikdy nenudí, protože si k výtvarnictví a psaní přibrala ještě předčítání dětem ve školkách a školách I. stupně. V Klubu volnočasových aktivit v Havířově čte ale i své povídky dospělým posluchačům, především seniorům.

Maja může být pro mnohé seniory vzorem toho, jak vrchovatě lze i v poslední třetině života prožívat ubíhající dny a mít z toho vlastní radost a potěšení. Je k tomu zapotřebí špetka zdraví, velký balík pevné vůle a také opravdová chuť nepromarnit ani jediný den svého života. Je důležité využít toho co umíme, byť by to bylo málo a neuzavírat se do čtyř stěn, třeba se svými smutky. Odměnou je především dobrý pocit a radost z toho, že svou činností ještě dokážeme pomáhat, ale i to, že dáváme dobrou náladu a dobrý pocit nejen sobě, ale i ostatním vrstevníkům.

Hana Kuchařová



Tip na výlet: Příbor - Větrkovice - Hukvaldy

Tentokrát se vydáme na zajímavý výlet mírnými kopečky Pobeskydí, plný nádherných panoramatických výhledů na hory. Výlet, který uspokojí pohybem, ale i zajímavými kulturními tipy. Projdeme se opět krásnou krajinou, navštívíme město Příbor, jehož historická část byla v roce 1989 vyhlášena městskou památkovou rezervací a pak se vydáme na známé Hukvaldy.

Trasa: O-Svinov nádraží - Příbor nádraží - Větrkovice - Hukvaldy. Zpět - Hukvaldy, bus.



Po výstupu z vlaku na nádraží v Příboře hned na okraji cesty nastoupíme na zelenou turistickou značku. Přejdeme po mostě přes řeku Lubinu a pokračujeme vpravo stezkou kolem řeky až do Větrkovic (3,5 km). Trasa vede většinou asfaltovým chodníkem až po hukvaldskou oboru. Projdeme se mírnými kopečky s výhledy na Červený kámen, Bílou horu s rozhlednou, či štramberskou Trúbu.



▲ Na rozcestí ve Větrkovicích se můžeme rozhodnout pro jednu ze dvou cest. Kratší (4km) do centra obce Hukvaldy, či delší (6,5km) do obory na Hukvaldech. Nedaleko rozcestníku se nachází zajímavá sakrální památka - kostel sv. Václava. Přesné doklady o založení původního, dřevěného kostela se datují na základním kameni (16. září 1636), na něm vytesaný nápis praví: „Za panování B.W.O.R. Františka, knížete Dietrichsteina, biskupa olomouckého a urozeného pána

Martina Warkociuse, úředníka hukvaldského, položen jest tento první kámen ode mne, kněze Václava Cosmiana, faráře příborského.“ Základní kámen je uschován v lapidáriu olomouckého muzea. Kostel byl dostavěn v roce 1638. Byl celý ze dřeva a v roce 1887 kompletně shořel. Zachránilo se pouze několik soch, část oltáře, pár obrazů, svícňů a mešní roucha.



Současný zděný kostel sv. Václava byl postaven kolem roku 1900, v roce 1901 byla u něj zřízena fara. V areálu kostela se nacházejí čtyři kaple a dva kamenné kříže - první z roku 1900 a druhý z roku 1877. Kostel byl v roce 1996 prohlášen nemovitou kulturní památkou.

Kostel ve Větrkovicích jsme si prohlédli a pokračujeme dál - do Hukvald. Obec **Hukvaldy** leží v malebném předhůří Beskyd na úpatí Palkovických hůrek, s dominantou zříceniny středověkého hradu, který tvoří převážnou část historie obce Hukvaldy. Nejstarší zprávy o jeho existenci pocházejí z roku 1228. Jeho zakladatelem byl Arnold z Hückeswagenu. Po malém zastavení v centru obce a občerstvení v jedné z mnoha útulných hospůdek se vydáme do hukvaldské obory.



Hukvaldská obora byla založena roku 1566 a čítala tehdy 20ks dančí zvěře, chované v ohrazené části lesa. O její vznik se přičinil oloboucký biskup Vilém Prusinovský z Víckova. Rozloha obory se postupem času měnila, z 200ha v roce 1730 na dnešních 457ha. Obora je jedinečnou přírodní památkou, tvoří unikátní prostředí pro stovky druhů živočichů a rostlin. Vstupem do obory je kamenná brána s litinovou mříží a výrazným arcibiskupským erbem, nacházející se na horním konci hukvaldského náměstí. Brána je začleněna do kamenné ohradní zdi, z níž se větší část zachovala. Od brány k hradu oborou prochází cesta kolem památníku Lišky Bystroušky, která připomíná život a dílo zdejšího rodáka - Leoše Janáčka. Obora Hukvaldy patří mezi nejstarší obory v naší zemi.



Je možné, že se raději rozhodnete zdržet ve městě **Příbor** a kochat se jeho krásným historickým centrem. Příbor byl založen Frankem z Hückeswagenu, synem prvního majitele Hukvaldského panství. První zmínka o obci se nalézá v listině Přemysla Otakara II. z r. 1251, v níž panovník potvrzuje dar farního kostela Nar. Panny Marie mnišskému řádu cisterciáků. V r. 1307 se stal Příbor součástí olomouckého biskupství a dostává právo na opevnění. Zbytky hradeb tu stojí dodnes a jsou součástí městské památkové rezervace. K pamětihodnostem města patří i kostel sv. Kříže (1645), kostel sv. Valentina (1766) a hřbitovní kostel sv. Františka Serafinského (1622). Tyto památky se nachází přímo v historické části města. Příbor již v dávné minulosti byl centrem vzdělanosti. Už v r. 1694 zde byla založena piaristická kolej s gymnáziem, nyní je tam muzeum. Právě návštěva muzea je dalším tipem jak užitečně využít čas. V muzeu se nachází pamětní síň slavného příborského rodáka Sigmunda Freuda (1856-1939), zakladatele psychoanalýzy. Ten zde prožil jen první tři léta života, ale vzpomínky na toto období jej provázely po celý život.



▲ Rodný dům Sigmunda Freuda byl po rekonstrukci v roce 2006 otevřen veřejnosti. Domu byla navracena podoba ze druhé poloviny 19. století. To, že se tu narodil pozdější slavný psychoanalytik, který usazoval své pacienty na pověstné „kanape“, připomíná měděná pohovka před domem, zhotovená pasířskou dílnou z Buštěhradu u Kladna. Na okraji podstavce je vytepáno: *Usad' se a rozjímej - vstaň a konej...*

V příborském muzeu členové klubu Společnosti senior využili možnost zúčastnit se výukového programu s názvem **Využívání přírodních surovin v lidové kultuře Beskyd**. Pořad přibližuje některé archaické zaniklé rukodělné technologie. V pořadu je možnost si např. vykoušet archaickou techniku tkaní na destičce, vyčesat vlákno z kopřiv, ukrotit provaz, uplést košík z trávy, rozdělat oheň křesáním či třením dřeva o dřevo, poznat starodávnou výrobu nádob z pařezů a tašek z kůry, nebo si zhotovit lampičku ze šišky a pryskyřice.



Náročné bylo také upletení provazu způsobem, který už dnes neznáme a k němuž je potřeba dvou lidí - jednoho zručného, druhého silného. Senioři nevynechali nic a nenašel se snad nikdo, kdo by si nevyzkoušel tkaní či klobouček ušitý z choroše - z houby, kterou běžně vidáme na kmenech stromů. A všem to slušelo...

„Chceme předvádět lidem, co všechno si horalé dokázali ve svých domácnostech vyrobit, co všechno dokázali udělat. A když jim něco z toho

dosloužilo - klobouk z choroše, ošatka z trávy, slámy, jednoduše to vyhodili. Nezpůsobili při tom žádnou ekologickou katastrofu a vyrobili si věci další, nové, opět funkční.“ vysvětlil jim autor projektu a vedoucí Muzea Příbor Václav Michalička. Projekt připravil ve spolupráci s dalšími zaměstnanci Muzea Novojičinska, p.o.

Co na to účastníci programu?

Jana Stöhrová: „Byla to skvělá, poutavá a zajímavá akce. Jak nám řekli pracovníci, všechny staré výrobní technologie se museli nejprve sami naučit, aby je mohli předvádět. A že jim to šlo!



...zkouška tkaní na kolovrátku

Marta Tomášková: „Tolik hezkých věcí a všechno jsme si mohli vyzkoušet. Jsem ráda, že jsem se zúčastnila a i na dětství jsem si zavzpomínala.“

„Říci co bylo „nej“ to vůbec není snadné. Všechno bylo zajímavé“, zhodnotila za všechny ostatní seniory klubu Ludmila Juříková. „Podívali jsme se také do zahrady kláštera i sklepních prostor, nahlédli do zrekonstruovaných sálů, které jsou využívány k různým společenským událostem či jednání zastupitelstva města“, dodala.

Nezbývá než konstatovat, že krásný výlet se vydařil a určitě jej všem doporučujeme. Nebudete zklamáni.

Ludmila Holubová



▲ Barokní sousoší Panny Marie se nachází uprostřed náměstí Sigmunda Freuda. Je tvořeno trojicí soch; vlevo sochou sv. Floriána, ochránce proti ohni; uprostřed sochou Panny Marie s Jezulátkem; vpravo pak sochou sv. Rocha - ochránce proti moru z roku 1713, z doby posledního moru ve městě.

Pozvánka do zoo

Hlídáte vnoučata a nevíte jak je zabavit či jak jim připravit originální zážitek? Návod je jednoduchý, vyjděte si s nimi do ostravské zoologické zahrady.



Díky oblibě u návštěvníků mají některé akce v zoo dnes již několikaletou tradici, především soutěže a **komentované krmení zvířat**, které probíhá u většiny zvířat každý den.

Rozvrh krmení:

9:30	pandy (za pěkného počasí)
10:10	vydry (za pěkného počasí)
10:45	medvědi a hulmani (za pěkného počasí)
11:45	šimpanzi
13:30	žralůčci (pouze SO a NE)
13:30	varani (pouze ÚT)
13:30	krokodýli (pouze ST)
14:00	hroši
14:30	šelmy (kromě PO a PÁ)
14:45	medvědi a hulmani (za pěkného počasí)
15:00	velbloudi (pouze je-li suchý výběh)
17:45	medvědi a hulmani (za pěkného počasí)



Historický kalendář Ostravska

Duben - červen

17. dubna 1914 moravskoostravské městské zastupitelstvo projednávalo stížnosti na městskou nemocnici. Značný počet nemocných je odmítán obligátním sdělením vrátného, že "všechna lůžka jsou obsazena!" V červenci 1903 byla odmítnuta žena - vdova stížená mrtvicí a postižená na jednu pěstku těla. Byla ponechána ve svém bytě, kde však neměla nikoho, kdo by o ní pečoval. O hladu a bez ošetření za několik dní zemřela. Nalezena byla v hrozném stavu. Jiný případ se stal o vánočních svátcích, kdy se v nemocnici o přijetí hlásil jistý těžce nemocný dělník. Poněvadž nebyl ostravským příslušníkem, správa nemocnice jej nepřijala a druhého dne byl nalezen na ulici mrtvý. Zemřel v noci na prudký zápal plic. V debatě městští zastupitelé podrobili nemocnici kritice, není to humánní instituce, chová se jako výdělečný podnik. Bylo rozhodnuto v blízkosti nemocnice pronajmout nějaký byt, opatřit jej lůžky, aby zde mohli být odmítnutí pacienti ošetřeni.

22. dubna 1964 začala výstavba nového areálu VŠB v Ostravě-Porubě, ve své době nejmodernějšího v republice. Kapacita budov a úroveň jejich technického a přístrojového vybavení byla již dlouho limitem odborné činnosti na všech fakultách VŠB, neboť původní investiční záměr z roku 1947 byl stále odkládán a velkorysý řešení nahrazováno provizoriem. Teprve na základě vládního usnesení se v r. 1964 rozběhla stavba dvou budov vysokoškolských kolejí a malých poslucháren jako základ budoucího studentského areálu. V následujícím desetiletí zde vyrostly objekty vědecko-výzkumných pracovišť, přednáškových sálů, laboratoří atd.

25. dubna 1914 ostravský list Duch času uveřejnil jednu z četných kritik finanč. hospodaření. Městští zastupitelé odhlasovali subvenci ve výši 12 tis. korun spolku Deutsches Haus, jehož členy byli nejbohatší němečtí měšťané. Uvádělo se, že obec zavádí nepřímé daně, které platí i ti nejchudší a vydrží tak německý dům pro německou smetánku. "Je to reprezentativní místnost německé buržoazie, jenže místo radničních kavalírů je vydržován pijáký kořalky", dodal pisatel listu.

1. května 1814 bylo v Opavě založeno Slezské muzeum jako první veřejné muzeum v českých zemích pod názvem Gymnaziální muzeum.

5. května 1914 ministerstvo železnic vydalo koncesi pro stavbu parní dráhy z Mariánských Hor do Brušperku. Koncese byla udělena na 90 let s podmínkou, že provoz na dráze se uskuteční do dvou let. První část trati z Vítkovic do Hrabové však byla uvedena do provozu až v roce 1930.

10. května 1999 v Ostravě zemřel herec, šéf opery Josef Kobr (narodil se 9. 9. 1920 na Kladně). Dlouholetý ostravský

angažmá nastoupil počátkem sezony 1947/48, když se ujal vedení operety Státního divadla v Ostravě Jan Pacl. V Paclově plodné éře Kobr srostl s ostravským prostředím a jeho popularita přesáhla hranice regionu. Na ostravské scéně vytvořil řadu komických rolí lidových dobráků i prohnanych šibalů. S jistotou se pohyboval v operetě, hudební komedii i muzikálu, v mimodivadelní činnosti se angažoval v žánru estrád a hudebně zábavných pořadech. Z médií bylo ke Kobrovi nejštědřejší ostravské televizní studio. Kobrova postava kapelníka Juřici v Dietlově seriálu Dispečer (1978) jej zpopularizovala a dala podnět k častějšímu pozvání do ústředního televizního vysílání.

14. května 1939 se v Ostravě konaly oslavy Svátku matek. Přestože neměly charakter protestní akce, vyzněly jako manifestace národní solidarity českého lidu proti německým okupantům. Oslav se dopoledne účastnilo na 50 tisíc lidí a večer přišlo 30 tisíc nových návštěvníků. Největší úspěch měly české národní písně, pochody, kusy z českých oper a operet, vyhrávané třemi kapelami. Lidé sborově zpívali, a když se hrála populární "Česká písnička", sňali všichni muži klobouky jako při hraní hymny. Podobný charakter měla i výroční pouť ke kapli na vrcholu beskydského Radhoště 5. července 1939.

16. května 1954 se obec Výškovice, která byla k Ostravě připojena 1. 7. 1941, opět osamostatnila. Dne 24. května se uskutečnilo ustavující plenární zasedání místního národního výboru, který se tak ujal správy obce. Od tohoto data obec také disponovala vlastním rozpočtem, což mělo okamžitý kladný účinek. Ihned bylo započato s opravou a adaptací staré školy, na kterou se od konce války nenašly finanční prostředky a jež svým vzhledem hyzdila okolí. Další investice směřovaly do stavby kanalizace a rekonstrukce komunikací. Našly se i peníze na zakoupení vůbec prvního televizoru v obci, který byl instalován ve školní budově a těšil se velké pozornosti výškovických občanů.



Antonínovo (dnes Smetanovo) náměstí na počátku 20. stol., vlevo budova hasičské zbrojnice, kde sídlil ostravský rozhlas, vpravo od něj dnešní divadlo A. Dvořáka

25. května 1929 bylo zahájeno pokusné (od 1. července pravidelné) vysílání moravskoostravské rozhlasové stanice Radiojournal v Moravské Ostravě. Tehdejší rozhlasový vysílač ve Svinově byl slyšitelný v celé střední Evropě. Vysílalo se 3 hodiny denně od 19 do 22 hodin a další program se přebíral z Brna a Prahy. Rozhlasové studio bylo zřízeno v prvním patře německé hasičské zbrojnice na rohu dnešního Smetanova náměstí a Vojanovy ulice. V provizorních podmínkách tam pracovali průkopníci rozhlasového vysílání až do roku 1937, kdy se přestěhovali do nově adaptovaného domu na dnešní ulici dr. Šmerala, kde rozhlas sídlí dodnes.



Josef Kobr při televizním natáčení v roce 1979



29. května 1854 byly sepsány spolkové stanovy Střeleckého spolku v Moravské Ostravě. Spolek byl založen již v roce 1841, avšak v roce 1847 byl nucen ukončit činnost. Důvodem byl zákaz střelby a uzavření střelnice (stála v místech dnešní železniční stanice Ostrava-střed), která se ocitla v nebezpečné vzdálenosti od nově vybudované silnice, spojující Vítkovické železářny s dnešní ulicí 28. října. Ani s umístěním druhé střelnice, postavené v roce obnovení činnosti, neměl spolek štěstí. Střelnice na pravém břehu Ostravice byla 17. června 1872 zničena náhlým přívalem vody z rozvodněné řeky. Při povodni přišel o život účtující číšník, ostatní personál unikl na poslední chvíli. Po katastrofě ze Střeleckého spolku vystoupilo 37 členů.



Stará střelnice na pravém (slezském) břehu Ostravice

30. května 1914 uveřejnil Severomoravsko-slezský svaz průmyslníků výroční zprávu o situaci průmyslu, která konstatuje, že neblahá zahraniční politika rakouského mocnářství způsobila průmyslu pohromu. Kromě uhelného dolování, které vzrostlo v roce 1913 oproti předchozímu roku o 6,6 %, všechna průmyslová odvětví poklesla. Nejvíce průmysl textilní, kde pokles odbytu činil 20-25 %, ale také cementárny, automobilky, továrny nábytku ad.

13. června 1914 sociálně demokratický Duch času připomněl 20let od nejstrašnější katastrofy na dolech ostravsko-karvinského revíru, když při několika výbuších na jámě Františka v Karvině zahynulo 235 horníků. V letech 1854-1905, tedy za 51 let se událo 28 důlních katastrof, při nichž přišlo o život 778 osob. K největším katastrofám patří neštěstí na jámě Hlubina v Moravské Ostravě v roce 1867 (53 obětí), na Jánské v Karvině v roce 1885 (108 obětí), na Betině v Doubravě v roce 1885 (58 obětí), na Trojici ve Slezské Ostravě (61 obětí), na jámě Hoheneger v Karvině (52 obětí).

27. června 1964 byla slavnostně odevzdána k užívání vodní nádrž Olešná. První úvahy o jejím zřízení padly již kolem roku 1903. Bylo to v souvislosti s hledáním zdroje pitné vody pro Ostravu. Výhodný údolní profil na Olešné poblíž Místku v prakticky nezastavěném a jen zemědělsky využívaném území, zaujaly již někdejší vodohospodáře rakousko-uherského mocnářství a ti nádrž s objemem 3,9 mil. m³ zařadili do soupisu přehradních míst. Nádrž už tehdy měla sloužit i k účelu povodňové ochrany pro níže umístěné obce Žabeň a Paskov. Sypaná zemní hráz přehrady Olešná je délky 393 m a max. výšky 18 m. Zatopená plocha je asi 88 ha.

28. června 1914 odpoledne za ohromného vzrušení se v Moravské Ostravě roznesla zpráva, že následník trůnu František Ferdinand d'Este a jeho choť podlehl v Sarajevě vražednému atentátu.

28. června 1914 se v Moravské Ostravě v zahradě restaurace U Lípy konal protestní tábor lidu proti drahotě a lichvě potravin. Říšský poslanec Jan Prokeš poukázal na to, že panující drahota je způsobena nynějším celním tarifem a zákazem dovozu dobytka a obilnin z Balkánu. Politika rakouské vlády je ve prospěch feudálů a velkoagrárníků. Shromáždění přijalo rezoluci, ve které se žádalo suspendování celních tarifů na obilí, dobytek a maso a zřízení tržnice v Moravské Ostravě, kde by zboží bylo pod náležitou kontrolou.

PhDr. Antonín Barcuch

Den Evropy

Možná jste už někdy narazili na zmínku, že **9. květen je Den Evropy** a položili jste si otázku, proč je zrovna tento den pro Evropany tak důležitý? Tohoto dne byl učiněn první velký krok k budování Evropské unie. 9. května roku 1950 totiž přednesl francouzský ministr zahraničí Robert Schuman řeč, v níž vyzýval evropské národy a jejich státy ke spolupráci a k vytváření mírového prostředí. Šlo mu především o sblížení Francie a Německa, jejichž vztah byl v té době velmi komplikovaný, a na jeho budoucím vývoji závisela i budoucnost evropská.

Navrhl vytvoření nadnárodní evropské instituce, která bude pověřena úkolem řídit těžbu uhlí a výrobu oceli, tedy dvou průmyslových odvětví, které v té době tvořily základnu veškeré vojenské síly. Země, jimž adresoval svou výzvu, se navzájem téměř zničily v strašném konfliktu, po němž zůstal pocit materiální a morální zkazy.

Tato Schumanova řeč je dnes známa také pod názvem „Schumanova deklarace“. V roce 1985 se představitelé EU na vrcholovém setkání v Miláně rozhodli, že 9. květen se bude slavit jako "Den Evropy". Při této příležitosti tak probíhají různé akce, které mají za cíl připomínat minulost evropské integrace, ale také rozšiřovat současné povědomí mladé generace o evropských záležitostech. V evropských zemích se v tento den uskutečnilo mnoho filmových představení, koncertů, pouličních festivalů, debat a soutěží.

Euro slaví patnácté narozeniny

Před patnácti lety se vedoucí představitelé EU rozhodli k historickému kroku - zavedení eura. Tato měna se začala používat v lednu 1999, kdy vznikla hospodářská a měnová unie (EMU) a 1. ledna 2014 jí tedy bylo právě bylo 15 let. Nyní tuto měnu používá a z výhod integrovaného trhu v Evropské unii těží přibližně 320 milionů Evropanů v 18ti z 28 států Evropské unie a v šesti dalších zemích mimo EU. Hospodářská a měnová unie je významným milníkem v procesu evropské integrace. V budoucích letech ji bude nutno přizpůsobovat s ohledem na otázky globalizace, nedostatek přírodních zdrojů, změnu klimatu a stárnutí obyvatelstva.

K zemím eurozóny, která eurem začala platit se připojilo Slovensko, které splnilo požadavky pro přijetí eura, jako jsou stabilní ceny a směnné kurzy, nízké úrokové sazby, nízký schodek státního rozpočtu a státní dluh a zavedení odpovídajících vnitrostátních předpisů. Komise doporučila vládám zemí EU a ty schválily členství Slovenska v eurozóně od 1. ledna 2009.

Jiří Kempný





Kulturní centrum Poruba M. Kopeckého 675, O. - Poruba

Od lidovek k operetě

Hudební dostaveníčko pro dříve narozené připravilo **na středu 11. června Kulturní centrum Poruba**.

Písňe napříč žánry i časem posluchačům zahraje na akordeon hudebník Honza Kuchař. Na repertoáru jsou operní melodie, vídeňský valčík i oblíbené a známé lidovky.

Začátek je v 15:00 hod. v Domě s pečovatelskou službou na Průběžné ulici v Ostravě-Porubě. Bližší inf. se dozvíte na tel. číslech 596 940 851, 52, 54. Vstup pro seniory zdarma.

Akce z cyklu „Moderní stáří“ se koná za finanční podpory statutárního města Ostravy.

Od září 2014 připravují pro seniory **kurzy**: Jazykový kurz angličtiny; Trénování paměti; Cvičení pro zdraví a pohodu. **Semináře**: TanCart; Artyčkový patchwork; Découpage- vánoční koláž.



Den Policie

14. června 2014
(10:00 - 16:00 hod.)

Den nás seznámí s prací policie, budeme zadržovat nebezpečného pachatele, uvidíme kynologický výcvik, staneme se svědky vraždy na hradě a ohledání místa činu a nakonec bude napadena eskorta a vězni utečou.

Do toho pak přijdou mažoretky, klaun, cimbálová muzika, taneční vystoupení, hudba a prohlídka s kostymovanými průvodci.

Vstup na akci je zdarma.



Výstavní síň Sokolská 26, Ostrava



12. 6. - 25. 7. 2014
VRATISLAV VARMUŽA (1934)

Sochař a grafik se v roce svého životního jubilea představí výběrem ze životního díla. Jeho nejpodstatnějším přínosem jsou sochy z vysokožární keramiky, kterými zaujal již v šedesátých letech. V podivuhodných plastických formách inspirovaných převážně vegetativními motivy (později i figurou) dosahuje dynamicky utvářeným vnějším a vnitřním prostorem až úzkostného existenciálního pocitu. Součástí výstavy bude také počítačová grafika - autoportréty.

21. 8. - 3. 10. 2014
IRENA JÚZOVÁ (1965)

Je absolventkou Školy monumen-tální tvorby AVU v Praze u profesora Aleše Veselého. Několikrát úspěšně

reprezentovala české výtvarné umění v zahraničí, přičemž nejznámější je její instalace „Kolekce Série“ v československém pavilonu na bienále současného umění v Benátkách v roce 2007. V současnosti se zabývá propojením umění, vědy a technologie uplatněním nehmataelných materiálů jako výrazových prostředků.

9. 10. - 14. 11. 2014
ADAM ŠTECH (1980)

Malíř po absolvování AVU v Praze (v ateliérech Jiřího Sopka a Vladimíra Skrepla) dokázal zaujmout místo na výtvarné scéně. V roce 2010 získal Cenu kritiky, která se udílí mladým umělcům do třiceti let věku. Autor čerpá z historického odkazu klasické malby, obrazy dekonstruuje a posléze ve vlastní malbě znovu skládá, ovšem v jiném kontextu a s posunutým významem.

20. 11. 2014 - 9. 1. 2015
PATRIK HÁBL (1975)

Absolvent ateliéru Pavla Nešlehy na VŠUP v Praze, patří k nejvýraznějšímu malířům mladší generace. Z jeho veřejných prezentací jmenujme alespoň nedávnou intervenci v kostele Nejsvětějšího Salvátora v Praze.

Mezinárodní hudební festival Janáčkovy Hukvaldy

Již XXI. ročník festivalu se koná ve dnech od **3. do 20. července 2014**. Pořadatelé, Fond Janáčkovy Hukvaldy, zvolili dramaturgii respektující skutečnost, že rok 2014 je veřejností vnímán jako rok české hudby a výrazně zde dominuje hudba Leoše Janáčka, který se před 160 lety na Hukvaldech narodil.

Na festivalu se představí řada prestižních souborů, orchestrů a sólistů. Účinkovat bude např. jubilující Janáčkova filharmonie Ostrava (60 let od založení), Janáčkův komorní orchestr (50 let činnosti), Pěvecké sdružení moravských učitelů, jehož vystoupení přímo symbolizuje více než 110letou tradici souboru, který v počátcích své existence s Janáčkem úzce spolupracoval a uváděl jeho sborovou tvorbu.

V den Janáčkovy narozeniny, 3. července, vystoupí v hukvaldském kostele Janáčkovy kvarteto v pořadu „Pocta Leoši Janáčkovy“ a uvede jeho 2. smyčcový kvartet spolu s kvartetem „Z mého života“ Bedřicha Smetany.

Na koncertech festivalu vystoupí dále Smetanovo trio Baborák ensemble - soubor našeho světově proslulého hráče na lesní roh, Moravský komorní sbor, houslisté Pavel Šporcl, Jiří Vodička nebo Václav Hudeček, jehož recitál ve spolupráci s klavíristou Lukášem Klánským celý festival uzavře.

Ze zahraničních hostů uvedeme dirigenta z USA Paula Mauffreye, zaníceného propagátora Janáčkovy díla, slovenský komorní sbor Danubius Octet Singers z Bratislavy nebo polského klavíristu Mikolaje Warszynského, který vystoupí spolu s českou pianistkou Zuzanou Šimurdovou v pořadu české a polské hudby v zámku ve Frýdku-Místku.

V amfiteátru hukvaldské obory vystoupí další výrazná osobnost české hudební kultury Iva Bittová ve svém autorském pořadu spolu s dětským operním studiem NDMS, které slaví v tomto roce 20 let od svého vzniku. Na festivalu se budou prezentovat i hukvaldští rodáci - harfistka Ivana Dohnalová, dnes již velmi uznávaná česká umělkyně a mnoho dalších umělců. (haK)

Info o programu a on-line předprodeji vstupenek na:

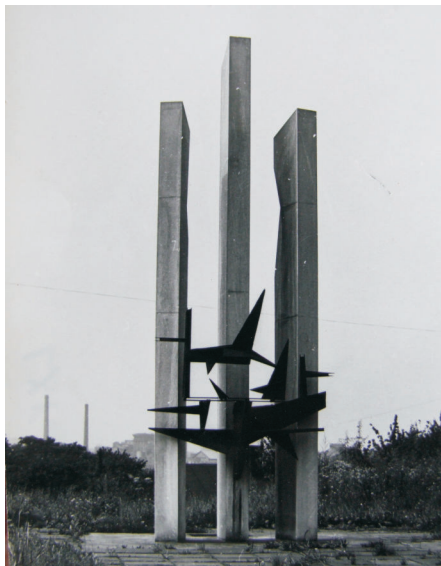
<http://www.janackovyhukvaldy.cz/>



... pokračování za str. 1

Sochař se touto horizontální konfigurací postavy pracující v dole zabýval už na počátku své tvůrčí dráhy (1953, 1958) a po realistických zpracováních horníka dobývajícího uhlí vleže ve sloji dospěl až k silně stylizované verzi v nízkém reliéfu. Postava se sbíječkou je pojata v základních obrysech a respektuje formát desky (100 x 250 cm) vložené do haklíkového zdiva. Na umístění v r. 1976 spolupracoval arch. J. Havlíček. Při nedávných úpravách pak bylo dílo poškozeno a neodborně „opraveno“.

Revoluční tradici a tragicky končící stávkou na šachtě Trojice však připomíná jiné dílo. Nejspíše si ho cestou po Těšínské vzhůru ke kostelu sv. Josefa nevšimnete. Stojí totiž v zanedbaném stavu v náletovém houští po pravé straně silnice. Jde o **Památník obětem hornické stávky** u dolu Trojice, horníkům, kteří se domáhali ve stávce r. 1894 lepších pracovních a životních podmínek. Autorem monumentu z roku 1965 je sochař **Oto Ciencala**.



Zvolil symbolickou kompozici, v níž jsou tři betonové hranolovité stély různých výšek propojeny fragmenty železné trnové koruny. K symbolu oběti není nutné již více dodávat, snad jen to, že tento téměř zapomenutý objekt je významným monumentálním příkladem tzv. bruselského slohu, který na Ostravsku poznamenal i několik architektonických realizací.

Tentokrát byla cesta za sochou díky výstupu do kopce možná trochu namáhavější, ale příště se necháme vyvézt třeba MHD na místo, kde jsme dnes skončili, a budeme pokračovat od kostela sv. Josefa po Těšínské dál. Na další trase nás čeká pozoruhodné prolnutí času, jehož svědky budou opět sochařská díla.

Marie Šťastná

Benda Quartet má za sebou již řadu koncertů

Benda Quartet je mladý dynamický soubor skládající se výhradně z členů Janáčkovy filharmonie Ostrava, který v roce 2012 vznikl na popud houslistů Petra Bendy a Petra Grabovského. Na začátku vzniku byla touha provozovat kvalitní komorní hudbu a pokračovat tak nadále, i co by členové symfonického orchestru, v realizaci dalších komorních projektů, kterým se hojně věnovali již za dob studií, nejen v Čechách, na Moravě a Slezsku, ale také na prestižních zahraničních školách a mistrovských kurzech. Oba tyto houslisté mají bohatou praxi v sólové i komorní činnosti a za sebou nemálo společných koncertů jako duo "Benda - Grabovský".

Jeden z projektů Svatováclavského hudebního festivalu jim dal příležitost spolupracovat s dalšími předními hudebníky Janáčkovy filharmonie Ostrava, aby tak vytvořili



vlastní "festivalový komorní ansámbl".

Na základě setkání na poli staré, barokní, komorní hudby a po tak intenzivní muzikantské zkušenosti se dnešní už Benda Quartet rozhodl věnovat nadále v tomto obsazení kvartetnímu repertoáru.

Přestože Benda Quartet je poměrně mladý ansámbl, má za sebou již řadu koncertů u nás i v zahraničí a také jejich příští sezóna bude nejen po dramaturgické stránce velmi výrazná.

(haK)

RENETA není jen výborné jablko

V soutěži krásy a šikovnosti středoškolských studentek je to v Havířově už 22 let pojem. Z krásk soutěžících o titul MISS RENETA vzešla již pěkná řádka adeptek i vítězek celostátních soutěží.

Letos se hlásilo 171 dívek ze škol v ČR, Slovenska i Polska. Výběr byl složitý a konal se na několika místech, třeba i v Praze nebo Žilině a v Katovicích. Porota, která měla mezi sebou také havířovskou Missis z roku 1995 Helenu Neuvirthovou, měla hodně těžkou práci. Při castingu neplatí jen míry a váhy, ale je zde zapotřebí hlavně ona životní jiskra, ale i vědomosti a zajímavé záliby ve volném čase. Po soustředění pak nakonec přichází Finále, moderované Janem Čenským, v Kulturním domě Leoše Janáčka v Havířově-Podlesí. Do jeho krásných prostor se vejde na 700 diváků. A věřte, že je vždy tak plno, že by jablko nepropadlo...

Možná, že vás čtenáře zajímá, kdo to organizuje a kdo tuto zajímavou a poutavou soutěž vymyslel. Je to Střední škola Havířov - Prostřední Suchá, Klub přátel této školy a Městské kulturní středisko Havířov. Každý projekt však musí mít svého protagonistu. I tady se našel a setrvává celá léta v čele týmu. Je to Libor Lenčo, někdejší ředitel školy, dnes v docela jiných funkcích. Ten nejen vymýšlí téma každého ročníku, vždy poutavé a nové, ale stará se o vše, co je pro tak velkou akci zapotřebí.



Miss Reneta 2014 - Tereza Vašutová

Jak to letos dopadlo? No přece senzačně. Hlavním mottem byla „Galerie snů“. Na jevišti dominovaly dvě obrovské pavučiny a další rekvizity, světla a efekty nevyjímaje.

RENETOU se letos stala **Tereza Vašutová**, studentka Pedagogického lycea v Novém Jičíně. Už nyní se můžeme těšit na Renetu s pořadovým číslem 23, která bude za rok - ve slavném roce - protože Havířov, „město mladých“ už oslaví svých **ŠEDESÁT LET**.

Hana Kuchařová



...pečujeme o Vás

ABRI - FLEX

navlékací prodyšné
plenkové kalhotky

Plenkové kalhotky
ABRI-FLEX nejen pro dospělé,
vhodné pro střední i těžké
případy inkontinence,
především u chodících pacientů.
Maximální komfort při používání.
Není nutná následná fixace.



www.abena.cz
www.abenashop.cz

není co řešit...



Za méně peněz více muziky!

Od 1. 1. 2013 nižší cena
a více kusů na poukaz !



Mezigenerační vztahy jsou v současnosti vnímány jako nepříteli harmonické. Od sociologů a psychologů slyšíme o vzájemném nepochopení a zejména o neschopnosti vcítit se do potřeb a problémů druhých. O tom, jaké vztahy panují mezi prarodiči, rodiči a vnoučaty v jednotlivých rodinách rozhoduje celková atmosféra i historie těchto rodin.



Vztahy mohou být ovlivněny věkem, životními zkušenostmi rodičů, dětí, vnoučat - jejich odlišnou rolí v rodině, kulturními vzory a stereotypy. Stejně tak je ale vztah závislý na osobních vlastnostech a přístupech lidí. Jsou dány mnoha faktory, které stojí za pozornost. Jejich pozitivní vývoj ovlivňuje výchovu a formování osobních vlastností a znalostí nejmladší generace.

V rámci ročníků ankety Senior roku vyhlásilo město Ostrava také literární soutěž pro žáky 5.- 9. ročníků ZŠ v Ostravě; v roce

2012 např. na téma „**Jak vnímám svou babičku, svého dědečka?**“ a v roce 2013 na téma „**Mezigenerační dialog**“. Do soutěže je každoročně zasíláno množství slohových prací, z nichž vám některé v tomto vzpomínání přibližujeme. Do dalšího milého vzpomínání na prarodiče se teď s námi přeneste...

Můj nezapomenutelný zážitek s dědou - První bál v dědečkově doupěti.

Nejúžasnější den s dědečkem? 26. února 2004!!! Bylo to asi 3 měsíce po babiččině smrti. Byly mi 4 roky. Byla jsem ještě malá, tak jsem moc nechápala, o co vlastně šlo. Moji rodiče šli na hasičský ples a nás se sestrou měl hlídat dědeček. Netušili jsme, že dědeček má pro mě a mou starší sestru překvapení. Ani nás nenapadlo, že si ten večer užijeme natolik, že na něj budeme doteď vzpomínat. Když jsme dorazily k dědečkovi, bylo nám řečeno, že je třeba vyzdobit celý byt. Já jsem byla tehdy ještě hodně malá a všechno mě bavilo, takže jsem se s nadšením vrhla do zdobení. Dědeček koupil různé třásně na vánoční stromček, měli jsme i lampióny, ozdoby a plno dalších pro mě tehdy úžasných věcíček. Ale na takové party, jak říkal děda, nesmělo přece chybět ani občerstvení. Moje sestra dědovi pomáhala s krájením vek na chlebičky a já jsem nalévala Coca-Colu.

Když už bylo všechno připraveno, občerstvení na stole, jak říkal děda „žranice“, mohli jsme začít plesat. Takhle to nazval můj dědeček, přesněji jeho slova byla: „Když mohou plesat rodiče, tak proč bychom nemohli plesat my, že?“ Takle jeho slova jsou nezapomenutelná. Byly jsme se sestrou napjaté, co bude dál. Najednou se ozval dědův hlas: „Á, pozor, hudba začala hrát. Jde se plesat,“ prohlásil dědeček a vyzval nás obě k tanci. Úplně živě si pamatuju, jak děda zpíval písničku „Jede, jede mašinka“ a dělal lokomotivu. My se ségrou jsme se ho drželi za pás, no, spíše ségra dědu a já ségru a po všech čtyřech jsme ležli pod židlemi. Víím, že když jsme už po několikáté ležli pod stolem, děda se zarazil v židli a my jsme se tomu strašně smály.



Bylo fajn, že kdykoliv jsem měla na něco chuť, mohla jsem se od lokomotivy odpojit a jít se napapat, protože toho jídla ze stolu neubývalo a neubývalo. Chvilku jsem si myslela, že byl děda kouzelník. Musím podotknout, že Coca-Coly bylo taky hodně! Ta přece na žádném správném bále nesmí chybět a už vůbec ne na takovém bále, jako byl ten náš v dědečkově doupěti. Tenhle název vymyslel děda. Moc se mi líbil. Se ségrou jsme ho napsaly na papír a pověsily. Spíše ségra ho napsala a já vymalovala, to mi vždycky šlo. Za to byl dědeček vždycky moc rád, když jsem mu namalovala nějaký obrázek. V ten večer našeho bálu jsem mu jich nakreslila spoustu. Myslím, že je má doteď někde schované. Taky víím, že dědeček má schované video, ve kterém má natočené ségru v šatech, jak tančí. Já jsem na tom videu taky, ale spíše je tam můj smející se hlas. Ten večer jsme šli spát opravdu pozdě, to by se mamince asi nelíbilo, ale nedozvěděla se to. Když už bylo fakt moc pozdě, šli jsme spát. Byli jsme unavení z toho věčného plesání, takže hned když jsme si lehli do postele, jsme usnuli. Dědeček si šel lehnout na pohovku do kuchyně, chudák se tam lámá, ale jelikož miluje svoje vnučky, tak chtěl, abychom se pořádně vospinkaly v postýlce. Ráno nás všechny tři probudila maminka. Opravdu bych všem přála vidět její výraz v obličeji, když viděla, co jsme provedli s dědečkovým bytem. Nebyla to žádná pohroma, to ne, naopak, byla to krásná karnevalová výzdoba s nádechem dědečkovy a naší lásky. Maminka ale byla moc ráda, že jsme si večer užili. Myslím, že i oni si jejich plesání užili, protože maminka přišla vysmátá.

Byla jsem strašně moc ráda, že jsem maminku viděla, protože už jsem se nemohla dočkat, jak jí všechno budu do detailů vyprávět, že jsme si užili krásný a nejlepší den v mém životě. Po cestě domů už jsem to nemohla vydržet, tak jsem prostě začala vyprávět. Maminka s údivem poslouchala a pak prohlásila: „Mám vás ráda holky.“ Tak tohle je můj nejlepší, nejkrásnější, nejdokonalejší a nejvíce silný zážitek z dětství.

Petra Nováčková, 8. třída
ZŠ Vratimov, Masarykovo náměstí

Učím babičku anglicky

Asi před půl rokem za mnou přišla babička, zda bych ji neučil anglicky. Co se stalo? Jaký má důvod?

Tahle otázka dokonce vrtala v hlavě i mamce. Stejně jako já nemohla pochopit, co k tomu babičku přimělo.

Nechal jsem to plavat a stal jsem se babiččíným učitelem. Nejdříve jsem si na počítači pro ni připravil pracovní listy, pak jsem jí koupil pracovní sešit a dokonce jsem pořídil i slovník.

Samozřejmě jsme začali jednoduchými slovíčky, čísly, pak jsme přešli na barvy a zvířata. Babička byla dobrým žákem a já dobrým učitelem. Teď už má babička daleko více znalostí a vyrovná se šikovnému školákovi. A co mě těší nejvíce, přihlásila se sama na kurzy angličtiny.

To, co ji přivedlo k učení, jsme však zatím s mamkou neodhalili, ale není to vůbec nutné. Jen aby babi nebyla nakonec lepší než já.

Daniel Wolf, VII. A
ZŠ Ivana Sekaniny 1804
Ostrava - Poruba





Výjimečné pracoviště - Dětský rehabilitační stacionář (DRS) při Městské nemocnici Ostrava p.o.

Ne každé dítě má jednoduchý start do života. Pro ty, které to štěstí neměli, jako jsou děti s dětskou mozkovou obrnou, mentálním postižením a kombinovanými vadami, je zde právě takovéto zařízení. Toto specializované zdravotnické pracoviště co se týče komplexnosti je jediné svého druhu v České republice, které v duchu Bobath konceptu pracuje s dětmi na všech úrovních vývoje.

Rádi jsme přijali pozvánku vrchní sestry paní Mgr. Darji Waczyňské na návštěvu. Na třech odděleních denně pracuje odborně vyškolený tým všeobecných sester, dětských sester, ošetrovatelek, speciálních pedagogů, fyzioterapeutů, ergoterapeutů, klinických logopedů, lékařů a psycholog. Bobath koncept (základem Bobath konceptu je neurovývojová terapie manželů Berty a Karla Bobathových, kteří koncept vytvořili a zároveň založili Bobath centrum v Londýně, kde se ročně léčí stovky pacientů z celého světa především s dětskou mozkovou obrnou, ale i s ostatními neurologickými problémy. Navštěvují ho i dospělí pacienti, nejčastěji po cévních mozkových příhodách) vyžaduje úzkou spolupráci všech dříve jmenovaných specialistů a rodiny v průběhu celého dne. Toto propojení je důležité pro optimální vývoj dětí s handicapem.



Zařízením nás provedla dětská sestra paní Iva Semendáková. Nedalo nám nepoložit několik otázek jí i vrchní sestře p. Waczyňské:

Přibližte a povězte čtenářům něco o vaší práci.

"Naše práce je velmi specifická, poskytujeme terapie šité na míru každému dítěti. Nejdelší část dne tráví děti na odděleních v péči sestřiček a ošetrovatelek. Práce s handicapovanými dětmi není snadná. Vyžaduje nejen odborné znalosti ošetrovatelského personálu, trpělivost a empatii, hlavně však bezpodmínečnou lásku k dětem. Odměnou za to je šťastný dětský úsměv a spokojenost rodičů. Sestřičky a ošetrovatelky si předávají informace se specialisty a dále tak upevňují potřebné dovednosti. Pro polohování dětí používáme speciální kompenzační pomůcky: vertikalizační stojany, dlahy, speciální ortézy, abdukční klíny, válce a kuličkové polštáře. Odborně vyškolený tým sestřiček a ošetrovatelek provádí také bazální a multisenzorickou stimulaci. Aplikujeme techniku terapeutického krmení v rámci Bobath konceptu, s využitím speciálních kompenzačních pomůcek u dětí, které mají ve většině případů potíže se zpracováním potravy a příjmem tekutin. Vyváženou a dietní stravu připravujeme díky obětavým kuchařkám v naší domácí kuchyni".

Určitě připravujete pro děti i jiné společenské aktivity. Připomeňte jaké?

"Ano, pro děti připravujeme zábavné a vzdělávací akce, jak v prostorách stacionáře, tak i mimo něj. Některé aktivity probíhají s podporou sdružení rodičů handicapovaných dětí pod názvem Želvička. (Ptáme se "Proč právě ŽELVIČKA"? Odpověď je jednoduchá - želvička je malý pohyblivý tvoreček, ale ocitne-li se na zádech, bez cizí pomoci si neví rady. Proto je naším cílem, co nejvíce lidských želviček otočit na nohy. Občanské sdružení Želvička působí při DRS v Ostravě s cílem pomoci handicapovaným dětem).



Často to jsou akce i pro celé rodiny, kde mají možnost vidět a spolu se podílet na společné práci pro naše milé děti. Jako příklad uvedu každoroční Dětský den, oslavy významných svátků, narozenin, výlety a divadla, Mikuláš, vánoční pečení, atd."

Dětský rehabilitační stacionář je výjimečným zařízením nejen v Moravskoslezském kraji, ale také v celé České republice, a to nejen pro odborně vyškolený tým, který zde pracuje, ale zejména pro kvalitní a komplexní služby, které svým klientům poskytuje. Je detašovaným pracovištěm MN Ostrava, podporované statutárním městem Ostrava, pod vedením **primářky MUDr. Jany Robenkové, zástupkyně primáře MUDr. Jany Švandové a vrchní sestry Mgr. Darji Waczyňské**. Díky těmto institucím a darům mnoha sponzorů mají krásně vybavené oddělení, dětské herny, tělocvičny a vyšetřovny. Zajděte se přesvědčit. Jak nám sdělily naše průvodkyně, dveře jsou vždy všem zájemcům otevřeny...



S vrchní sestrou Mgr. Darjou Waczyňskou, dětskou sestrou Ivou Semendákovou, sestřičkami a dětmi si povídala Ludmila Holubová spolu s členkami Klubu Spol. senior.



Má příroda i nějaké chyby?

Dost je článků, obdivujících a chválících přírodu! Odhodme zkostnatělá klišé a podívejme se na ni objektivně, nezaujatě a téměř pravdivě! Má příroda i nějaké chyby, nedostatky, negativní stránky? Skrývá i nějaká nebezpečí? Samozřejmě, že ano! Přikročme k jejich systematické analýze.

Už jsem si v jednom příspěvku stěžovala, že příroda je výhradně do kopce a trvám na tom. Na rovině žádnou obstojnou přírodu nenajdete. Dospěla jsem ke strašlivému poznání, že není rozdíl mezi chůzí do kopce a z kopce: obě jsou pro určitý věk a stav kloubů nepříjemné. Hádáme se o tom s kamarádkami už pár let: Judita chodí nerada do kopce, Naďa z kopce, já se nemohu rozhodnout, co je horší a někdy sotva přejdu i po rovině. Mnohým osmdesátníkům totiž z kloubní chrupavky zůstanou jen nostalgické vzpomínky (... a nám třem kamarádkám je dohromady 242 let...).

Součástí přírody je i počasí a nebojme se hned z kraje přiznat, že počasí dokáže být zákeřný bidák. Vysílá neviditelné dráždivé impulzy, které se dostanou až ke starým kloubům, držících pohromadě víceméně jenom ze zvyku. Kloubům se to nelíbí a začnou bolet. Kdysi tyto obtíže mívali jenom vojnoví vysloužilci od Piavy, dnes je má každý druhý od padesátky nahoru.

Člověk se ráno probudí a hned toho začne litovat, bolí ho páteř, kyčle, levé koleno, všechno... Já v takové situaci často uvažuji, jestli by mi nepůjčili z protějščí stavby jeřáb: Je čas vstát! No, po trošce tělocviky a moři kávy se začínám hýbat, ale plynulá, půvabná chůze vypadá jinak. Za okny je hezké počasí, ale tomu já nevěřím: až co řekne internet. Internet říká, že bude hezky, ale i to přijímám skepticky. Moje klouby tvrdí, že se k nám blíží rozsáhlá tlaková níže od Azorských ostrovů, která se přehoupne do mžení, přepršek, deště, lijáku a průtrže mračen. Mají vždycky pravdu. Ony vědí všechno, co bude a taky mi to důrazně hlásí. Tak důrazně, že bych počasí někdy zakázala...

Nevím, jestli je příroda na lidi alergická, ale miliony nešťastníků na ni alergické jsou. Letos to vypuklo už začátkem dubna. Slyšely jsme s kamarádkami na mírumilovnou procházku za město, všude byla travička, pampelišky, chudobky, taková ta drobná fialová kvítka, kterých jméno si nepamatuji, forsythie, zlatý déšť, kvetoucí stromy i keřky - a Judita celou cestu plakala, jako kdyby jí nevalorizovali důchod! Mysleli jsme, že ji opustil její milovaný kocour, ale nebylo tomu tak. Judita neplakala ze žalu, nýbrž z alergie. Naďa má také alergii, ale nepláče, jenom na všechno odpovídá "hepčííí!", což je poněkud jednostranný názor. Já se držím, nepláču, ani nekýchám. To začnu dělat až příští měsíc... Každý máme své oblíbené alergény!

Jaro přechází do léta plynule a nenápadně a příroda tasí další svoji zbraň: komáry, klíšťata, vosy a jiné dravce... Jejich řádění vědecky popsal známý entomolog Ivan Mládek slovy: "...kouše, ssaje, rdousí..." Hmyz je důkazem, že je to příroda, která si začíná, ne člověk. Kdo z nás kdy odebral komáři samičce krev? Kdo se zakousnul do klíštěte? A kdo píchнул vosu do paty? No, ochránci přírody, teď mluvte! Příroda je těchto bestii plná (mluvím o hmyzu, nikoliv o ochráncích přírody) a než vykročím z domu, natírám se různými mastěmi, olejčky a záhadnými tekutinami se zaručeným repelentním účinkem. Všechny pomůcky odpuzují spolehlivě lidi: v trolejbusu si ode mne dvě dámy provokativně odsedly a pohrdavě frkaly nosy. Judita při setkání řekla: "Co to máš, proboha, za parfém? Ať je to, co je to, vyhoď to!" A Naďa podotkla, že žena se nemá opouštět, ani když se dívá na osmdesátku z té horší strany. Mohu jen sdělit, že masti a

krémy chutnají spíš komárům, zatím co klíšťata dávají přednost ochranným sprejům. O vosách nemohu podat čerstvé vědecké informace, žádnou jsme nepotkaly.

V přírodě rostou jehličnany, listnáče, keřky, traviny, "kytičky a fialky" (jak říkal nezapomenutelný Miloslav Šimek), ale neroste tam v dostatečné míře to nejdůležitější pro člověka, totiž zahradní restaurace. Jenom tu a onde vypučí ze země nějaký kiosk, pár židlí a stolečků, zavoní grilovaná klobáska, čepuje se pivo, duše milovníka přírody pookřeje. Ale tento druh přírodních krás je velmi křehký a nestálý. Nedávno jsme se doplazily k "Lesnímu ráji", který nám byl od nepaměti milým kusem divoké, téměř nedotčené přírody, poskytujícím občerstvení poutníkům dalekých cest - od zastávky autobusu je to skoro kilometr! Budova byla tichá, tmavá, okna zavřená, lavice i stoly složené, po jižní stěně budovy se už začínal šplhat břečtan. Naďa se pokusila naznačit, že tuto zkázu zavinili lidé, totiž bývalí majitelé, kteří se zřejmě přestěhovali na přitažlivější místo, například ke vchodu do některého obchodního centra. Tam je teď prý móda trávit volné chvíle, ve zdravě vydýchaném a přiměřeně zakouřeném vzduchu, za poslechu moderní hudby o síle 120 decibelů, v obklopení obchodů s kabelkami, kosmetikou, bižuterií, konfekcí... My s Juditou si však myslíme, že jde o přírodní úkaz, podobný vyhynutí obřích ještěřů: ti také jednoho dne zmizeli, nikdo neví kam a proč, dodnes se na to vymýšlejí a zase zavrhuje teorie... A příroda mlčí...

Takových podobných kontroverzních příběhů o přírodě by se našlo ještě mnohem víc. Příroda, příkladně, ráda straší. Poslechněte si tajuplné skřeky, letící lesem! Prý jsou to ptáci... ale může to být i hejkal, permoníci, loupežníci, hajný anebo Červená Karkulka... Já jsem se v lese nesmírně ráda bála, když jsem tam chodívala randit se svým mužem (tenkrát ovšem ještě nebyl mým mužem, to dá rozum, kdyby byl, ležel by na gauči před televizí a já bych v kuchyni nakládala okurky!), abych racionálně odůvodnila, proč se k němu tulím. A taky bývá příroda nevhodně umístěna. To bylo zvlášť dobře vidět, když jsme do lesů jezdili vlakem. Do Humpolce anebo do Ostravy odjížděly vlaky v různou dobu, ale když jste chtěli do lesů, vod a strání, jediný vlak odcházel v půl třetí ráno... Podle mne to byla od přírody čirá zlomyslnost, že vyrostla tam, kde vyrostla... Také nesouhlasím s nadměrnou různorodostí přírody. Chodívala jsem do ní léta s dvěma vnučkami, které chtěly vědět, jaký je to ptáček, který sedí támhle na větvi, číříká a má žlutá peříčka pod krčkem? A jak se jmenuje toto fialové kvítečko? Vidí krtek pod zemí? Jak ví veverka, kam si schovala na zimu oříšky a bukvice, když na to nemá mapu? Bojí se malá srnečka v noci v lese? Uznejte, že tohle všechno by dokázala vysvětlit jenom encyklopedie, provdaná za Googla!

Myslím, že jsem negativní stránky tolik opěvované přírody popsala přesvědčivě. Ovšem to nejhorší jsem si nechala na konec. Příroda je jako heroin: je to droga, na kterou vzniká závislost! Kdo si zvykne na potulky po lesích, loukách, stinných pěšinkách kolem rybníků a řek, ten už si to neodvykne. Kolik našich vrstevnic a vrstevníků už téměř nevychází z bytu, pečou mandlové věnečky, zírají na telenovely, nadávají na politiku a prakticky nevycházejí z bytu, leda nakoupit do nejbližšího supermarketu. A někteří/některé chodí daleko lépe, než my tři staré kamarádky, které máme všechny známé a některé neznámé nemoci kloubů (i většinu jiných nemocí) a přesto se každou chvíli belháme ... do nádherné, námi milované přírody!



Blanka Burjanová



Zdravý pohyb alfa a omega i pro seniory

Připadáte si mladí na papuče a gauč? Máte chuť rozhýbat tělo a navzdory věku se udržet v kondici? Na výběr se nabízí řada řešení. Určitě je potřeba s přibývajícím věkem vědět, jaký pohyb je pro vás ideální.

Chcete-li tělo udržet stále v pohodě není nad „obyčejnou“ chůzi! Říkáte, že chůze není žádná sportovní aktivita? Omyl, právě pravidelná a dostatečně dlouhá chůze dokáže udržet vaše tělo v kondici a dobré náladě. Chůze je přirozený pohyb, stačí si jen obout pohodlné a pevné boty a vyrazit na výlet.

Jeden tip dnes přinášíme - **pozvánku do turistického oddílu VOKD**, který existuje již od roku 1959. Za ta léta se vystřídala ve vedení oddílu celá řada vedoucích a v současné době stojí v jeho čele Ing. Jan Pavliska. Mezi turisty dominují lidé důchodového věku. Tomu se přizpůsobuje i zaměření vycházek a výletů. Na své si přijdou méně náročnější, ale i náročnější turisté. Vždy je z čeho vybírat. Vedle jednodenních výšlapů jsou oblíbené i týdenní pobyty na horách v České republice i na Slovensku s organizovaným programem.

Co bylo...



Luhačovicko, Bílé Karpáty...



Bohumín - Šilheřovice - Petřkovice

Co bude....

Jednodenní výšlapy:

- 10.6. Studénka - horní Jistebník - Polanka
- 14.6. Rajhrad (klášter) - Židlochovice - Hrušovany n.J.
- 17.6. Štamberk - Libotín (opékání buřtů) - Nový Jičín
- 21.6. Rozcestí Bystré - Malchor - Lysá Hora - Visaláje
- 24.6. Milotice - Nové Heřminovy - Bruntál
- 28.6. Libina - Rešovské vodopády - Břevenec

Týdenní pobyty:

- 3.8. - 9.8. Chebsko, Ašsko
- 16.8. - 22.8. Vysoké Tatry
- 6.9. - 13.9. Krkonoše - Bradlerovy boudy

Za turistický oddíl VOKD Rudolf Kubica
Informace - ved. oddílu Ing. Jan Pavliska, tel. 731511066,
nebo na: [www.http://turista.ostava3.cz/HISTORIE1.htm](http://turista.ostava3.cz/HISTORIE1.htm)

Poznatky absolventa Univerzity třetího věku na Ekonomické fakultě VŠB-TUO

Po odchodu do starobního důchodu měl inženýr Jiří Hloužek najednou spoustu času. Chtěl ho smysluplně využít a hledal nějakou činnost, která by mu pomohla vedle jeho oblíbených pohybových aktivit (chůze, brusle, kolo) zbavit se pocitu izolovanosti souvisejícího s ukončením zaměstnání. Navíc si chtěl ještě rozšířit své vědění. Univerzita třetího věku na VŠB-TUO mu nabízela hned několik možností studia. Jako absolvent VŠE se Jiří Hloužek rozhodl pro ostravskou Ekonomickou fakultu. V minulých dnech tříleté seniorské studium spolu se svými čtyřiašedesáti spolužáky úspěšně ukončil. S jakými poznatky?

„Mile mne překvapilo už samotné zahájení našeho studia. Takovou slavnostní imatrikulaci jsem opravdu nečekal. Těšil jsem se zejména na první přednášky věnované ekonomii a základům ekonomiky. Porovnával jsem je se znalostmi z mého vysokoškolského studia na VŠE a také s poznatky z praktického působení v různých řídicích funkcích. Zklamán jsem nebyl ani v jednom směru. A další přednášky?

* Asi největšímu zájmu se těšil obor práva. Pedagogové nás seznámili se základy a terminologií práva, s dědictvím právem, ochranou spotřebitele, komerčním pojištěním v praxi či právem sociálního zabezpečení, což je problematika, která se bezprostředně dotýká každého z nás.

* Praktickým přínosem byl semestr, v němž jsme se zdokonalovali v práci s počítačem. Nejednou posluchač ocenil, že si významně rozšířil své uživatelské dovednosti.

* O Evropské unii posloucháme ve zprávách několikrát denně, ale díky přednáškám s tímto zaměřením jsme se podívali více pod pokličku tohoto společenství. Seznámili jsme se s historií EU, jejími orgány, čelními představiteli, způsobem jednání atd.

* Nenudili jsme se ani při přednáškách věnovaných psychologii, kdy jsme trochu nahlédli do duše člověka.

* Ve zdravotvědě jsme se mimo jiné dozvěděli, jak lépe pečovat o své zdraví, přínosná byla i přednáška o medicínském právu.

* Většina posluchačů uvítala velmi podnětnou a zajímavou návštěvu v ostravském Integrovaném bezpečnostním centru a seznámila se s významem hipologie pro městskou policii. Pochvalu si zaslouží i beseda s cestovatelem Jiřím Kolbábou o životě na ostrově Bali.

Tři roky našeho studia na U3V utekly jako voda. Za sebe mohu říci, že jsem blížího konce studia litoval a proto jsem uvítal novou nabídku Ekonomické fakulty na další, tentokrát dvouleté studium. Program výuky se orientuje na ekonomickou oblast, počítačovou gramotnost, globalizovaný svět a také na nebezpečnou dluhovou past. Díky těmto lákavým tématům jsem neváhal ani okamžik, vyplnil přihlášku a už se těším na další studium Univerzity třetího věku.“



Ing. Jiří Hloužek



Aktivizace seniorů



Podané ruce®

pohodě lidí a informovat o možnostech využití osobní asistence u seniorů.

Přítomnost canisterapeutického psa pomáhá seniorům i handicapovaným klientům k odraťování, motivuje je ke zvýšené fyzické aktivitě. Senioři získávají chuť do aktivního života a mnohdy v kolektivu obyvatel sociálního zařízení CT pes navozuje pozitivní náladu a myšlení. Lidé vyššího věku se často cítí být osamoceni a nepochopení a právě canisterapeutický pes pomáhá odbourávat pocity osamění a často u seniorů vyvolává vzpomínky na hezké období jejich života.

Kvůli vysokému věku či nejrůznějšímu handicapu spousta lidí není schopna žít samostatně. K tomu, aby i přesto mohli vést aktivní život ve svém domácím prostředí, pomáhají osobní asistentky z Podaných rukou, o.s. Projektu OsA. Starají se o klienty až 24 hodin denně v jejich domácím prostředí a pomáhají jim s péčí o vlastní osobu, při osobní hygieně, se zajištěním a podáváním jídla. Díky finanční podpoře statutárního města Ostrava může projekt osobní asistence a canisterapie Podaných rukou, o.s. již dvanáctým rokem pomáhat stále většímu počtu potřebných. Bližší informace naleznete na www.podaneruce.eu.

Mgr. Ivana Mikulcová



Pozvánka do klubu zlepšovatelů



Další zlepšovatele a vynálezce uvítá mezi sebou klub zlepšovatelů. Scházejí se každou druhou středu v 9 hod. v klubovně Odborářské centrály Vítkovic na Ruské ul. 56. Zde můžete uplatnit své nápady, ale také se zúčastnit exkurzí do strojírenských podniků i získat nové poznatky o současné technice.

Ing. Lumír Bula, tel. 732432723
E-mail: hor-stroj@seznam.cz

Krajská rada seniorů Moravskoslezského kraje

za výrazné podpory Moravskoslezského kraje, ve snaze prezentovat aktivity seniorských organizací, uspořádala již **2. ročník Sportovních her seniorů Moravskoslezského kraje**. Sportovní hry pozdravil a zahájil náměstek hejtmána Moravskoslezského kraje **Ing. RSDr. Svatomír Recman**.

Soutěžilo se v disciplínách - dráhové kuželky, petanque a ruské kuželky. Sportovního zápolení se zúčastnili senioři z klubů celého Moravskoslezského kraje. Cílem sportovních her je podpořit u seniorů pohybovou aktivitu a zároveň prožít den plný zábavy.



Pozvánka do klubu

Společnost senior, Na Jízdárně 18, Ostrava 1

Tel.: 724 276 672; 728 466 105

email: info@seniortip.cz; www.seniortip.cz

Týdenní aktivity:

- Pondělí:** 9:00 - 10:30 Konverzace v anglickém jazyce
10:30 - 12:30 Konverzace v německém jazyce
12:30 - 13:45 Konverzace v ruském jazyce
14:00 - 16:00 Klubové povídání
- Úterý:** 9:00 - 11:00 Kroužek rukodělných prací
14:00 - 17:00 Karetní hry (Bridž), společen. hry
- Středa:** 12:15 - 13:30 Angličtina - začátečníci
13:30 - 14:30 Angličtina středně pokročilí
- Čtvrtek:** 13:00 - 15:00 Dámský klub
15:00 - 17:00 Přednášky, besedy
16:00 - 18:00 Filatelisté
- Pátek:** Turistické vycházky, exkurze, návštěva muzeí.

Vydává Společnost senior, občanské sdružení za přispění grantu Statutárního města Ostravy, Městského obvodu Moravská Ostrava a Přívoz a Statutárního města Havířov.

Zodpovědný redaktor: Ing. Ludmila Holubová
Redakční rada: MUDr. Hugo Přibyl, PhD., Marie Kalinová, Ing. Jiří Muladi, Hana Kuchařová.
Registrační značka MK ČR E 14221
Adresa redakce: Společnost senior, Na Jízdárně 18, 702 00 Moravská Ostrava
IČO 265 95 982
Tel.: 724 276 672 ; 728 466 105
e-mail: info@seniortip.cz www.seniortip.cz



Město s historií psanou uhlím

Město **Havířov** vzniklo na jižním okraji ostravsko-karvinské průmyslové oblasti v podhůří Beskyd. Bylo od počátku stavěno jako nové sídlo „na zelené louce“ a výrazně poznamenáno dobou, která formovala jeho tvářnost. Administrativně se Havířov stal městem na základě usnesení vlády ČSR z roku 1955 a dne 4. prosince 1955 mu byla udělena městská práva. Hlavním důvodem jeho vzniku byla potřeba zajistit byty pro pracovníky dolů a hutí v období rozvoje průmyslu na Ostravsku po 2. svět. válce. Právě počátky města souvisí s výstavbou hornických sídlišť.

Jméno města bylo vybráno ve veřejné soutěži z mnoha nejrozumnějších názvů (např. Bezručov, Čurdov, Faratín, Lidobudovatelov, Budovatelnice, Rudohvězdov, Stalin, Gottwaldův Horníkov, Zápotockýgrad, Všemírov, Šťastnov, Bezručovy Novoměstské Baně a další).



V rámci Ostravské sídelní aglomerace si Havířov udržuje pověst města s nejkvalitnějším bydlením a ve srovnání s jinými městy regionu s čistým prostředím a velmi dobrým rekreačním zázemím.

Havířov byl vždy spojován s hornictvím, o čemž svědčí i jeho název. Na jeho území téměř 100 let těžily uhlí dvě šachty - Důl František (1911 - 1999) a Důl Dukla (1905 - 2007). Pro připomenutí této nedávné historie vznikla v roce 2012 z iniciativy města Havířov, za spolupráce Klubu přátel hornického muzea v Ostravě- pobočky Havířov a partnerského města v Polsku Jastrzębie- Zdrój, stálá expozice o historii hornictví s názvem „Historie psaná uhlím“.

Expozice je umístěna do prostor Společenského domu Havířov v centru města. Při vchodu do místností, kde je expozice umístěna, stojí vstupní panel s historickou mapou Těšínského Slezska a Hornoslezské uhelné pánve. Je rozdělena na část věnovanou městu Havířov a část hornickou, která mapuje vztah hornictví k městu Havířov, zejména se věnuje historii Dolu Dukla a Dolu František. Návštěvníci mohou obdivovat nejen staré mapy, letecké snímky města z doby výstavby i současnosti, dobové fotografie, knihy, ale také řadu technických exponátů používaných v dole. Mohou se seznámit s životem hornických rodin i s tvrdou prací horníků podle mnoha dochovaných kronik.

Návštěvní hodiny pro veřejnost:

Po; St; Pá: 9.00 - 13.00 hodin

Út; Čt: 13.00 - 17.00 hodin

Vstup je zdarma!

Další informace lze získat na webových stránkách Městské knihovny Havířov:

<http://www.knih-havirov.cz/cz/muzealni-expozice.html>

V krátkých vizitkách vám představujeme zajímavá města Moravskoslezského kraje. Mezi města s významným sociálním programem určitě patří Statutární město Havířov.

Město Havířov leží v nadmořské výšce kolem 260 metrů a je rozbrázděno několika údolími podél říček a potoků. Jižní částí protéká řeka Lučina.

Meandry Lučiny byly vyhlášeny přírodní památkou v roce 1992. Je zde neregulovaný říční tok řeky Lučiny, který se vine četnými říčními zákruty v několikametrových hlíněných naplaveninách. Nespoutaná řeka nabízí spoustu krásných zákoutí a pohledů.



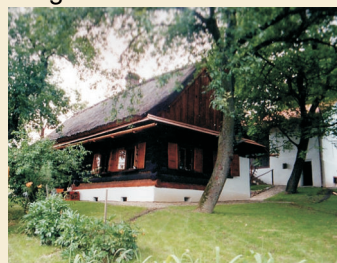
Historické prameny se o území dnešního Havířova zmiňují už v roce 1305 o Šenovu (Šonov, Schönhof, Szonów) a Horní a Dolní Suché, první spolehlivý doklad o existenci Bludovic pochází z roku 1335. V roce 1438 se poprvé připomíná Šumbark, který však byl zřejmě založen také ve 14. století. V polovině 16. století se o Šumbarku píše jako o městě, není však doloženo, že by Šumbark skutečně mohl užívat městských práv.

Mezi zajímavostmi města určitě patří Empírový zámek s parkem. Historie zámku sahá zřejmě až do 15. století, kdy na jeho místě stála tvrz.



V 18. století zde byl zbudován barokní zámek se zahradou. Po požáru v roce 1823 byl přebudován v empírovém stylu. Od roku 1845 přestal sloužit zámek jako panské sídlo a plnil funkci administrativní budovy k přilehlému statku.

Největší výstavba ve městě probíhala v padesátých a šedesátých letech minulého století. Dnes představuje památkově chráněný **obytný soubor SORELA**, stavební sloh socialistického realismu (podobně je tomu v O.-Porubě). Součástí chráněné památkové zóny Sorela je i **Kulturní dům Petra Bezruče**. Byl kolaudován v roce 1961 a bez větších oprav a úprav sloužil svému účelu do roku 2001, kdy byl celkově rekonstruován. Sídli zde minigalerie a Městské kulturní středisko.



Kotulova dřevěnka patří k nejstarším roubeným lidovým stavbám na Těšínsku. Chalupa obdélníkového půdorysu na omítané cihlové podezdívce se střechou krytou došky, byla postavena v roce 1781. (bal)